BOX

Campionatul individual de juniori al R. P. R.

● ÎN CAPITALĂ ● LA REȘIȚA

Sîmbătă seara, în sala Giulești, a avut loc o nouă reuniune de box în cadrul campionatului republican de juniori, faza orășenească. În continuare s-au desfășurat mai multe meciuri între boxerii seniori ai cluburilor Metalul și Rapid. Reuniunea a fost bine organizată, meciurile au fost viu disputate și au plăcut publicului spectator. În ceea ce privește nivelul tehnic la care s-au desfășurat partidele participanții au rămas însă... datori.

Iată rezultatele înregistrate la juniori: cat. cocoș: *D. Tudose* (Olimpia) b.p. *M. Nicolae* (Steaua); cat. pană: *St. Florea* (Rapid) b.p. *Constantin Stan* (Viitorul), *C-tin Gerota* (Metalul) b.p. *M. Holbe* (Voința); cat. ușoară: *N. Teclu* (C.S.S.) b.p. *C-tin Marin* (C.P.B.), *C-tin Lică* (Voința) b. neprez. *T. Elefterie* (Rapid). *V. Zuvelcă* (Steaua), în cel mai frumos meci al juniorilor, învinge la puncte pe *Gh. Preoteasa* (Metalul). Seniori: cat. pană: *Gh. Ghiță* (Rapid) m.n. *D. Enache* (Metalul); cat. semiușoară: *I. Pătruț* (Rapid) b.p. *Gh. Stan* (Metalul); cat. semimijlocie: *I. Pop* (Metalul) b.p. *L. Mocanu* (Rapid), *E. Dănilă* (Metalul) b. k.o. r. a III-a *M. Ionescu* (Rapid), *Gh. Vlad* (Rapid) b. ab. r. a II-a *M. Sima* (Metalul); cat. mijlocie: *P. Cimpeanu* (Metalul) b. desc. r. a III-a *O. Urlățeanu* (Rapid).

★

Faza orășenească a campionatului republican de juniori a continuat duminică dimineața, în sala uzinelor Vulcan.

Juniorii bucureșteni s-au comportat bine, realizînd în general dispute spectaculoase. Cu prilejul acestei reuniuni am remarcat forma bună și preocuparea pentru box tehnic a sportivilor: T. Miron (Voința), Gh. Constantin (Dinamo), A. Balcă (Metalul), A. Popa (Viitorul).

Iată rezultatele: cat. minimă: T. Miron (Voința) b.p. I. Mageri (Rapid), G. Pometcu (Viitorul) b.p. V. Stan (A.S. 23 August), cat. muscă: Gh. Constantin (Dinamo) b. ab. repriza I M. Apostol (Olimpia), cat. cocoș: A. Balcă (Metalul) b. ab. repriza a III-a M. Zadarojni (Rapid), cat. semiușoară: C. Vlăsceanu (Rapid) b.p. V. Bonu (Voința), I. Tudor (Rapid) b. neprez. D. Diaconescu (Olimpia), A. Popa (Viitorul) b. K.O. repriza a III-a V. Amorăriței (A. S. 23 August), cat. ușoară: G. Ioniță (Semănătoarea) b. ab. repriza a II-a V. Iosifescu (Metalul), cat. mijlocie mică: Gh. Manea (Steaua) b. ab. repriza a II-a Gh. Stătică (Steaua).

CAMPIONATUL DE JUNIORI AL R.P.R.

Recent s-a încheiat la Reșița faza orășenească a campionatului republican de juniori pe anul 1964.

La această competiție au luat parte peste 40 de tineri pugiliști de la C.S.M. Reșița și din asociațiile sportive Metalul Bocșa și Tînărul Metalurgist din localitate.

La sfîrșitul celor trei reuniuni au fost desemnați campioni ai orașului Reșița următorii boxeri: cat. minimă: A. Ursulescu (Metalul Bocșa); cat. hîrtie: N. Negrea (C.S.M.R.); cat. muscă: P. Nedelea (C.S.M.R.); cat. cocoș: I. Butan (Metalul Bocșa); cat. pană: V. Aștileanu (Tînărul Metalurgist); cat. semiușoară: I. Bărchescu (C.S.M.R.); cat. ușoară: E. Guzga (C.S.M.R.); cat semimijlocie: M. Drăgulici (Metalul Bocșa); cat. mijlocie mică: I. Covaci (Tînărul Metalurgist); cat. mijlocie: P. Ghencea (Met. Bocșa); cat. semigrea: I. Hasler (Tînărul Metalurgist).

I. PLAVIȚU - coresp.

VOLEI

SURPRIZE ÎN FINALELE „CUPEI ORAȘULUI BUCUREȘTI“: ECHIPELE DE LA CONFECȚIA ÎNVINSE ÎN MANȘA I!

Manșa I a finalelor „Cupei orașului București“ s-a încheiat cu o mare surpriză pentru cei ce urmăresc activitatea echipelor de categorie orășenească din Capitală: înfrîngerea ambelor formații ale Confecției! Într-adevăr, meciul feminin s-a încheiat prin victoria Tricotajului roșu cu 3—0 (15—11, 15—9, 16—14), iar în cel masculin voleibaliști de la Aurora s-au arătat mai bine pregătiți și au cîștigat cu 3—1 (15—13, 15—11, 14—16, 15—10). Dar mai presus de rezultatele în sine, ceea ce trebuie subliniat este calitatea bună a voleiului practicat de cele 4 echipe finaliste, lucru care pune într-o lumină frumoasă activitatea mai puțin cunoscută depusă la „oraș“.

Începutul meciului feminin a... surîs jucătoarelor de la Confecția care după 1—3 reușesc cinci puncte la rînd și întorc astfel rezultatul în favoarea lor. Au fost însă singurele momente în care voleibalistele de la Confecția s-au comportat la înălțimea așteptărilor, pentru că în restul timpului Tricotajul roșu, avînd în Tatiana Avacum aceeași valoroasă realizatoare și coordonatoare pe care o cunoșteam, s-a impus cu autoritate.

Arbitrul N. Mateescu a condus bine.

Au jucat:

TRICOTAJUL ROȘU: Mariana Savu, Ilona Caproș, Florica Marici, Tatiana Avacum, Teodora Ionescu, Rodica Pescaru. CONFECȚIA: Maria Anghelescu, Ștefania Bogea, Georgeta Matei, Ileana Surugiu, Cecilia Capcalo, Ileana Toader — Stana Alexe, Elena Arvatu, Rădița Oană.

Cu toate că a pierdut un set, de la început se întrevedea în meciul masculin superioritatea Aurorei. Cu Ghertinișan foarte bun în atac, cu o apărare pusă la punct și cu serviciile foarte periculoase expediate de Wilwerth, Aurora nu putea scăpa victoria mai ales că, de cealaltă parte a fileului, Confecția — o echipă mai tînără — și-a bazat jocul prea mult pe Guido Ernst, care în meciul de sîmbătă s-a comportat slab.

Partida a fost condusă foarte bine de I. Niculescu. Au jucat:

AURORA: Ghertinișan, Dimcescu, Wilwerth, Vlaicu, M. Popescu, Petrof. CONFECȚIA: Grigorescu, Guido, Chirițescu, Drăghicescu, Gavriliță, Iordache-Zainea.

Viitoarea etapă a finalelor programează partidele: Tricotajul roșu — Confecția (f) și Confecția — Semănătoarea (m).

M. T.

Programul „Cupei R.P.R.“

FEMININ

Etapa I, 16 februarie

C.P. București — C.S.M. Cluj
Progresul București — Știința Cluj
Voința Craiova — Dinamo București
C.S.M. Sibiu — Știința București
Farul Constanța — Rapid București

Etapa a II-a, 23 februarie

Știința București — Progresul București
Rapid București — C.S.M. Sibiu
Dinamo București — C.S.M. Cluj
Farul Constanța — C.P. București
Știința Cluj — Voința Craiova

Etapa a III-a, 1 martie

C.P. București — Dinamo București
Progresul București — Rapid București
Voința Craiova — Știința București
C.S.M. Cluj — Știința Cluj
C.S.M. Sibiu — Farul Constanța

Etapa a IV-a, 8 martie

Rapid București — Voința Craiova
Știința București — C.S.M. Cluj
C.S.M. Sibiu — C.P. București
Farul Constanța — Progresul București
Știința Cluj — Dinamo București

Etapa a V-a, 15 martie

Dinamo București — Știința București
C.P. București — Știința Cluj
Progresul București — C.S.M. Sibiu
C.S.M. Cluj — Rapid București
Voința Craiova — Farul Constanța

Etapa a VI-a, 22 martie

Progresul București — C.P. București
Rapid București — Dinamo București
Știința București — Știința Cluj
C.S.M. Sibiu — Voința Craiova
Farul Constanța — C.S.M. Cluj

Etapa a VII-a, 29 martie

C.P. București — Știința București
Dinamo București — Farul Constanța
Știința Cluj — Rapid București
C.S.M. Cluj — C.S.M. Sibiu
Voința Craiova — Progresul București

Etapa a VIII-a, 5 aprilie

Rapid București — Știința București
Progresul București — C.S.M. Cluj
Voința Craiova — C.P. București
C.S.M. Sibiu — Dinamo București
Farul Constanța — Știința Cluj

Etapa a IX-a, 12 aprilie

C.P. București — Rapid București
Dinamo București — Progresul București
Știința București — Farul Constanța
Știința Cluj — C.S.M. Sibiu
C.S.M. Cluj — Voința Craiova

Noțiuni de tehnică în tirul cu pistolul de sport

In ultima vreme, în multe cluburi și asociații sportive din diferite regiuni ale țării s-a îmbunătățit considerabil activitatea din cadrul secțiilor de tir; a crescut nivelul performanțelor, a sporit numărul celor dornici să practice acest sport. Și, pentru că mulți dintre acești tineri au fost atrași de frumusețea probelor de pistol, considerăm că îndrumările antrenorului Gh. Corbescu — cuprinse în acest articol — îi vor ajuta să se pregătească mai bine în vederea obținerii unor rezultate bune.

★

Tragerile cu pistolul prezintă un înalt grad de dificultate și pentru a exemplifica acest lucru este suficient să amintesc că oricare nou venit pe poligon, pus să tragă și cu pușca și cu pistoletul, în 90 la sută din cazuri, cu pistoletul, nici nu va lovi ținta. Explicația constă în aceea că pentru a executa o tragere cu pistolul, sportivul este nevoit să țină arma, să ia linia de ochire și să declanșeze focul cu o singură mînă, fără să folosească nici cel mai mic reazem. Dacă la toate acestea mai adăugăm varietatea probelor de tragere cu pistolul, ne dăm cu ușurință seama de cîtă îndeminare, pe ce posibilități fizice și psihice trebuie să se bizuie un sportiv de performanță care, uneori, practică cu succes, dacă nu toate, cel puțin două din cele trei probe: precizie, viteză și calibru mare. In asemenea cazuri, rezistența, puterea de luptă, meticulozitatea și stăpînirea de sine specifice tirului de precizie, se împletesc armonios cu simțul timpului, viteza de reacție, coordonarea aproape instantanee a ochirii cu declanșarea etc. Numai cu aceste însușiri un pistolar nu poate deveni însă trăgător de performanță. La baza pregătirii sale trebuie să se găsească un bagaj bogat de cunoștințe teoretice și practice, o complexitate de deprinderi legate de toate momentele care formează ciclul unui foc, unei serii și în ultimă instanță al întregii probe. De asemenea, un pistolar trebuie să-și cunoască la perfecție armamentul pe care-l folosește, începînd cu calitățile lui balistice. Un exemplu concludent ni-l oferă trei pistolari cu renume mondial: Ulman, Balogh și Sptarschi. Toți trei, din dorința folosirii la maximum a materialului în realizarea de performanțe ridicate, au ajuns fie la crearea de noi prototipuri de pistoale, fie la îmbunătățirea radicală a detentei. Nici unul din ei însă nu a procedat empiric așa cum mai obișnuiesc să facă mulți dintre trăgătorii noștri care mutilează fără rost armamentul tăindu-i chiulasele, găurindu-i țevile, anexîndu-i tulumbe la gură etc. De aici se desprinde concluzia că o cunoaștere temeinică a armamentului nu este posibilă fără un minim de cunoștințe balistice și de mecanică și acest lucru trebuie să-l știe fiecare sportiv care vrea să facă tir de performanță.

Și acum, despre unele probleme a căror importanță a fost verificată pe deplin.

PRINDEREA ȘI ȚINEREA PISTOLULUI

Prinderea și ținerea pistolului în mînă, sau priza cum i se mai spune, este o problemă principală pentru orice pistolar, deoarece de rezolvarea ei depinde în bună parte declanșarea focului și uneori chiar coordonarea dintre ochire și declanșare. In principiu, o priză bună impune: prinderea crosei în așa fel încît pielea palmei să nu prezinte îndoituri în contactul cu lemnul, toate degetele să aibă contact cu crosa (cel mare și arătătorul în lungul țevii, restul cuprinzînd crosa), iar strîngerea să se exercite uniform pe toată suprafața crosei și pe tot timpul tragerii, cu toate degetele mîinii. Am spus în principiu, fiindcă strîngerea crosei este mai relativă la tirul de precizie și mai pronunțată la cel de viteză. Dar, chiar și în cazul tirului cu pistolul de precizie, strîngerea crosei diferă de la sportiv la sportiv, în raport de unghiul crosei cu țeava. Acolo unde crosa permite îndoirea totală a mîinii din încheietura pumnului, nu este nevoie de o strîngere pronunțată a crosei. Și invers, cînd se ține pistoletul în forță este nevoie și de o strîngere mai puternică.

POZIȚIA TRĂGĂTORULUI

Pentru ca un trăgător de la probele de pistol să obțină rezultate bune la trageri și pentru ca la un începător rezultatele să crească de la un antrenament la altul, sau de la concurs la concurs, el trebuie să execute tragerea numai dintr-o anumită poziție. Practica confirmă că cea mai potrivită poziție de tragere cu pistoletul este cea cu picioarele depărtate atît cît permite constituția fizică a corpului (mai puțin la precizie și mai mult la viteză, cu piciorul stîng puțin în față la precizie, cu piciorul stîng puțin înapoi la viteză); trunchiul ușor aplecat înapoi, mîna stîngă pe șold sau în buzunar, brațul drept întins și blocat la încheieturi, dar nu încordat, capul întors spre dreapta și umerii pe aceeași linie cu brațul drept.

★

Sîntem în posesia unor concluzii edificatoare în ceea ce privește necesitatea cunoașterii materialului, realizarea unei prize bune și alegerea poziției care să ușureze darea focului și să asigure un recul normal și constant al pistoletului. Dar, aceasta nu rezolvă întreaga problemă. Pistolarul are nevoie ca loviturile să fie cît mai grupate și într-o zonă care să coincidă cu centrul ținței. Numai așa rezultatul cifric se poate apropia de punctajul maxim, cu alte cuvinte, pistolarul trebuie să știe și cum să ochiască.

O ochire este bună numai atunci cînd am realizat o cătare bine prinsă și cînd plasarea acestei imagini este făcută într-o zonă care ne dă posibilitatea să o păstrăm constantă sau cu modificări cît mai neînsemnate. Pentru aceasta, în tirul cu pistolul de precizie, este indicat ca sportivul să inspire adînc o dată cu ducerea brațului drept în sus, să expire normal la lăsarea lui în jos, să se oprească aproximativ în zona bazei punctului negru de pe țintă și numai după aceea să treacă la finisarea ochirii reținînd respirația. Cît privește proba de pistol viteză, aici intervin modificări. În timpul ridicării brațului pe siluetă, sportivul nu mai respiră iar finisarea ochirii începe cu prinderea aproximativă a cătării, încă din momentul cînd pistoletul a ajuns în dreptul optarului de la ora 6.

Urmează acum darea focului (declanșarea).

In timp ce ochirea se desăvîrșește, începe și declanșarea. Cînd ochirea este în acțiune, degetul este pe trăgaci și apasă încet, progresiv și concomitent cu menținerea liniei de ochire.

Cine nu întrunește într-un tot indivizibil toate cele de mai sus nu poate deveni trăgător de performanță, iar aci nu se poate ajunge decît printr-o pregătire continuă, conștiincioasă, desfășurată cu rîvnă și pasiune.

GH. CORBESCU
antrenor



